పరిచయం.

విస్తృత వ్యాఖ్యానాలతో, టీకా తాత్పర్యాలతో పతంజలి యోగసూత్రములమీద అనేకగ్రంథాలు తెలుగులోనూ ఇంగ్లీషులోనూ కూడా ఉన్నాయి. అయితే ఆ గ్రంథాలలో సాంకేతిక పరిభాష విషయపరిజ్ఞానం లేనివారికి అర్థమయేలా లేదు. అటువంటి పాఠకులకు చూచాయగా పతంజలి యోగసూత్రాలలో ఏమి చెపుతున్నారో ఉపయోగపడే విధంగా, సంస్కృత మూల సూత్రాలకి తెనిగీకరించడానికి చేసిన ప్రయత్నం ఇది. యోగసూత్రములు చక్కగా తెలుసుకొనగోరినవారు ఇతర పుస్తకాలు చదవమని మా మనవి.

- నిడదవోలు మాలతి, లక్ష్మి దేవి

నవంబరు, 2015.

---

# పతంజలి యోగ సూత్రములు

## 1. సమాధి పాదము

1. అథ యోగానుశాసనము.

(అథ యోగ అను శాసనమ్)

- యోగసాధన విధానము తెలుసుకొనుటకు ఇది సమయము (సాధకునిజీవితంలో తగిన సమయము)

2. యోగశ్చిత్త వృత్తి నిరోధః

(యోగః చిత్తవృత్తి నిరోధః)

- యోగము అంటే చిత్తవృత్తులను నిరోధించడం.

నిరోధము అంటే యోగసాధనకి అంతరాయమైన చిత్తవృత్తులను గుర్తించి, వాటిప్రభావములకు లోను కాకుండా యోగసాధన కొనసాగించడం.

3.తదా ద్రష్టుస్స్వరూపేఽవస్థానమ్

(తదా ద్రష్టుః స్వరూపే అవస్థానమ్)

- ఆ విధంగా చిత్తవృత్తులను అధిగమించగలిగినవాడు యోగస్థితిలో తనను తాను దర్శించగలడు.

4. వృత్తి సారూప్యమితరత్ర

(వృత్తి సారూప్యమ్ ఇతరత్ర)

- ఇతరులు ఆ చిత్తవృత్తులే తాము అనుకుంటూ వాటిప్రభావాలకి లోనై, ప్రవర్తిస్తారు.

5. వృత్తయః పంచతయ్యః క్లిష్టాఽక్లిష్టాః

(వృత్తయః పంచతయ్యః క్లిష్టాః అక్లిష్టాః)

- ఈ చిత్తవృత్తులు ఐదు విధములు. తేలికగా అధిగమించగలిగినవి కొన్ని. శ్రమతో కూడినవి కొన్ని.

6. ప్రమాణ విపర్యయ వికల్ప నిద్రా స్మృతయః

అవి - సత్యము, సత్యము అనిపించే అసత్యము, భ్రాంతి (ఊహాజనితము), నిద్ర, స్మృతి

7. ప్రత్యాక్షానుమానాఽగమాః ప్రమాణాని

(ప్రత్యక్ష అనుమాన ఆగమాః ప్రమాణాని)

- ప్రమాణములు ప్రత్యక్షముగా చూచినవి (తెలుసుకొన్నవి), తర్కముద్వారా తెలుసుకొన్నవి, పరంపరానుగతముగా శాస్త్రములలో సత్యముగా అంగీకరించబడినవి.

8. విపర్యయో మిథ్యాజ్ఞానమతద్రూపప్రతిష్ఠమ్.

(విపర్యయః మిథ్యా జ్ఞానమ్ అతత్ రూప ప్రతిష్ఠమ్)

- అసత్యమును సత్యమని భ్రమ పడడం విపర్యయము.

9. శబ్దజ్ఞానానుపాతీ వస్తుశూన్యః వికల్పః

(శబ్ద జ్ఞాన అనుపాతీ వస్తుశూన్యః వికల్పః)

- వస్తువు శబ్దము ఆలంబనగా రూపాన్ని సంతరించుకుంటున్నది. వస్తువు లేకపోతే పదానికి అర్థం లేదు. వస్తువు శూన్యమయినప్పుడు (లేనప్పుడు) శబ్దమునే వస్తువు అనుకోడం వికల్పం.

10. అభావప్రత్యయాఽలంబనా వృత్తిర్నిద్రా.

(అభావ ప్రత్యయ ఆలంబనా వృత్తిః నిద్రా)

- పరిసరములను గమనించకుండా తామసప్రవృత్తిలో ఉండడం (జడభరతునివలె) నిద్ర.

11. అనుభూతవిషయాఽసంప్రమోషః స్మృతిః

(అనుభూత విషయాః అసమ్ప్రమోషః స్మృతిః)

- అనుభూతమయిన విషయములు మనసుపై వేసిన ముద్రలే స్మృతులు లేక వాసనలు.

12. అభ్యాసవైరాగ్యాభ్యాం తన్నిరోధః

(అభ్యాస వైరాగ్యాభ్యాం తత్ నిరోధః)

- ఈ వృత్తులను నివృత్తి చేయడం (అదుపులో ఉంచడం) అభ్యాసమువలన వైరాగ్యమువలన సాధ్యం.

13. తత్ర స్థితౌ యత్నాభ్యాసః

(తత్ర స్థితౌ యత్నః అభ్యాసః)

- ఆ స్థితి ప్రయత్నమువలన సాధ్యం.

14. స తు దీర్ఘకాలనైరంతర్య సత్కారాఽసేవితో దృఢభూమిః

(స తు దీర్ఘకాల నైరంతర్య సత్కారః ఆసేవితః దృఢభూమిః)

- ఆ సాధన దీర్ఘ కాలము అంతరాయాలు లేకుండానూ భక్తిప్రమత్తులతోనూ కొనసాగించినప్పుడు మాత్రమే సుస్థిరంగా సాగుతుంది.

15. దృష్టాఽనుశ్రవిక విషయవితృష్ణస్య వశీకారసంజ్ఞా వైరాగ్యమ్

(దృష్ట అనుశ్రవిక విషయ వితృష్ణస్య వశీకార సంజ్ఞా వైరాగ్యమ్)

- తాను చూస్తున్నవి, పరంపరానుగతంగా వింటున్నవి అయిన విషయాలలో ఇచ్ఛ లేకపోవడమే వైరాగ్యం (వైరాగ్యానికి చిహ్నం).

16. తత్పరం పురుషఖ్యాతేర్గుణవైతృష్ణ్యమ్.

(తత్ పరం పురుష ఖ్యాతే గుణ వైతృష్ణ్యమ్)

- త్రిగుణాలలో (సత్వ, తమస్సు, రజస్సు) విముఖుడయిన సాధకునికి పరమ పురుషునిగూర్చి కలిగిన జ్ఞానమే పరమోత్తమ జ్ఞానము.

17. వితర్క విచారాఽనందాస్మితాస్వరూపానుగమాత్ సంప్రజ్ఞాతః

(వితర్క విచార ఆనంద అస్మితా స్వరూప అనుగమాత్ సంప్రజ్ఞాతః)

- తర్కం, నిశిత పరిశీలన, బ్రహ్మానందము, అహమిక (అస్మిత) – ఈ నాలుగు పద్ధతులు ప్రజ్ఞతో కూడిన సమాధికి మార్గములు. ఈ పద్ధతిలో సాధించిన స్థితి సబీజసమాధి. ఈ స్థితిలో "నేను సమాధిస్థితిని పొందేను" అన్న ఎఱుక ఉంది.

18. విరామప్రత్యయాభ్యాసపూర్వస్సంస్కారశేషోఽన్యః

(విరామ ప్రత్యయ అభ్యాసపూర్వః సంస్కారశేషః అన్యః)

- ఎఱుకతో ప్రయత్నం చేస్తూ ఇతర సంస్కారాలను (చిత్తవృత్తులను) వెనుకకి మళ్ళించి సాధన చేయడం మరొక పద్ధతి.

19. భవప్రత్యయో విదేహ ప్రకృతిలయానామ్

(భవ ప్రత్యయః వి దేహ ప్రకృతి లయానామ్)

- ప్రకృతిలో లయమయినవారికి, విదేహులకు (స్థూలశరీరము నశించినతరవాత మిగిలిన సంస్కారశేషము) మరు జన్మలో సమాధిస్థితి లభిస్తుంది. (ఈ సమాధిస్థితి వెనకటిజన్మలో సమాధి కంటే పైస్థాయి అయినా, సంపూర్ణ సమాధి కాదు.)

20. శ్రద్ధావీర్యస్మృతిసమాధి ప్రజ్ఞాపూర్వక ఇతరేషామ్

(శ్రద్ధా వీర్య స్మృతి సమాధి ప్రజ్ఞా పూర్వకః ఇతరేషామ్)

- తదితరులు శ్రద్ధ, తేజస్సు, తపోబలం, స్మృతులు, జ్ఞానముద్వారా క్రమంగా సమాధి స్థితి సాధించగలుగుతారు.

21. తీవ్రసంవేగామాసన్నః

(తీవ్ర సంవేగానాం ఆసన్నః)

- తదేకదృష్టితో  నిష్ఠతో సాధన చేసేవారికి సంప్రజ్ఞత త్వరితగతిని సిద్ధిస్తుంది.

22. మృదు మధ్యాధిమాత్రత్వాత్ తతోఽపి విశేషః

(మృదు మధ్య అధిమాత్రత్వాత్ తతః అపి విశేషః)

- ఆ సాధన మూడు స్థాయిలలో సాగవచ్చు – అచంచల దీక్షతో, మధ్యమస్థాయిలో, లేదా అతి సాధారణస్థాయిలో.

23. ఈశ్వర ప్రణిధానాద్వా

(ఈశ్వర ప్రణిధానాత్ వా)

- ఈశ్వరునియందు తదేకనిష్ఠ నిలిపి ధ్యానించడం ద్వారా కూడా చేయవచ్చు.

24. క్లేశకర్మవిపాకాఽశాయైరపరామృష్ట పురుషవిశేష ఈశ్వరః

(క్లేశ కర్మ విపాక ఆశాయై అపరామృష్టః పురుష విశేష ఈశ్వరః)

- దుఃఖము, కర్మఫలములు, పూర్వజన్మలో సంతరించుకున్న స్మృతులతాలూకు ఛాయలు – వీటి అన్నిటికీ అతీతుడయిన పరమపురుషుడే ఈశ్వరుడు.

25. తత్ర నిరతిశయం సర్వజ్ఞ బీజం

(తత్ర నిర్ అతిశయం సర్వజ్ఞ బీజమ్)

- ఆ పరమపురుషునిలో సంపూర్ణ జ్ఞానబీజము ప్రతిష్ఠమై ఉన్నది.

26. పూర్వేషమపి గురుః కాలేనానవచ్ఛేదాత్

(పూర్వేషాం అపి గురుః కాలేన అనవచ్ఛేదాత్)

- ఆ పరమపురుషునికి ఏ ఒక్క కాలానికి చెందనివాడు. అంటే పరంపరానుగతంగా వస్తున్న గురువులందరికీ కూడా ఆయనే గురువు.

27. తస్య వాచకః ప్రణవః

- ఓంకారము ఈశ్వరునికి సంజ్ఞాపూర్వకమైన శబ్దము.

28. తజ్జపస్తదర్థభావనమ్.

(తత్ జపః తత్ అర్థ భావనమ్)

ఈశ్వరభావమునందు దృష్టి నిలిపి ఆ ఓంకారమును సదా జపించాలి.

29. తతః ప్రత్యక్చేతనాధిగమోఽప్యంతరాయాభావశ్చ

(తతః ప్రత్యక్ చేతన అధిగమః అపి అంతరాయ అభావః చ)

- ఆ జపముద్వారా సాధకునిచేతన అంతర్ముఖమయి ఆటంకాలను అధిగమించగలదు.

30. వ్యాధి స్త్యాన సంశయ ప్రమాదాలస్య అవిరతి భ్రాంతిదర్శనాలబ్ధభూమికత్వ అనవస్థిత్వాని చిత్తవిక్షేపాస్తే అంతరాయాః

(వ్యాధి స్త్యాన సంశయ ప్రమాద ఆలస్య అవిరతి భ్రాంతిదర్శన అలబ్ధభూమికత్వ అనవస్థిత్వాని చిత్తవిక్షేపాః తే అంతరాయాః)

- వ్యాధి, తామసం (కాలయాపన), సంశయం, నిర్లక్ష్యం లేక అలసత్వం, భోగలాలసత, అవాస్తవాన్ని వాస్తవంగా భ్రమించడం, యోగసాధన ఏకోన్ముఖంగా కొనసాగించలేకపోవడం, స్థిరత్వం లోపించడం – ఇవన్నీ యోగసాధనకి ఆటంకాలు.

31. దుఃఖ దౌర్మనస్యాంగమేజయత్వశ్వాసప్రశ్వాసా విక్షేప సహభువః

( దుఃఖ దౌర్మనస్య అంగమేజయత్వ శ్వాస ప్రశ్వాసాః విక్షేపసహ భువః)

- దుఃఖము, నిస్పృహ (నిరాశ), శరీరంలో వణుకు, క్రమబద్ధం కాని ఉచ్ఛ్వాసనిశ్వాసాలు – ఇవి మనసుని నిలకడ లేకుండా చేస్తాయి.

32. తత్ప్రతిషేధార్థం ఏకతత్త్వాభ్యాసః

(తత్ ప్రతిషేధ అర్థం ఏక తత్త్వ అభ్యాసః)

వీటిని అధిగమించి ధ్యానం కొనసాగించడానికి సాధకుడు ఒక పద్ధతిని ఎంచుకుని ఆ పద్ధతిలో దృఢచిత్తంతో సాధన కొనసాగించాలి.

33. మైత్రీ కరుణా ముదితోపేక్షాణాం సుఖదుఃఖ పుణ్యాపుణ్య విషయాణాం భావనాతః చిత్తప్రసాదనమ్.

(మైత్రీ కరుణా ముదిత ఉపేక్షాణాం సుఖ దుఃఖ పుణ్య అపుణ్య విషయాణాం భావనాతః చిత్త ప్రసాదనమ్)

- సుఖదుఃఖాలు, పాపపుణ్యాలవిషయంలో ఉదాసీనతతోనూ, స్నేహం, కరుణ, ప్రసన్నతవంటి సుగుణాలతోనూ ఉంటే చిత్తము ప్రశాంతమయి యోగసాధన సాగుతుంది.

34. ప్రచ్ఛర్దన విధారణాభ్యాం వా ప్రాణస్య

- ఉచ్ఛ్వాసనిశ్వాసాలను నియంత్రించి కూడా చిత్తమును అదుపులో ఉంచుకొనవచ్చు.

35. విషయవతీ వా ప్రవృత్తిరుత్పన్నా మనసః స్థితినిబంధినీ

(విషయవతీ వా ప్రవృత్తిః ఉత్పన్నా మనసః స్థితినిబంధినీ)

- ఇంద్రియాలద్వారా పొందే అనుభవాలలో ఒకదానిపై చిత్తము స్థిరంగా నిలపడంద్వారా కూడా అన్య విషయాలనుండి దృష్టి మరలి చిత్తము స్థిరము కాగలదు.

36. విశోకా వా జ్యోతిష్మతీ

- దుఃఖానికి అతీతమైన అంతర్జ్యోతిమీద దృష్టి నిలపడానికి ప్రయత్నించడం మరో పద్ధతి.

37. వీతరాగ విషయం వా చిత్తమ్

- మమతానురాగములను వదులుకోడంద్వారా కూడా స్థిరచిత్తము కలుగుతుంది.

38. స్వప్న నిద్రా జ్ఞానాఽలంబనం వా

(స్వప్న నిద్రా జ్ఞాన ఆలంబనమ్ వా)

- స్వప్నములు లేని గాఢనిద్రద్వారా లేదా నిద్రలో వచ్చిన కలలను విశ్లేషించుకోవడంద్వారా కూడా చిత్తశాంతిని పొందవచ్చు.

39. యథాఽభిమత ధ్యానాద్వా

(యథా అభిమత ధ్యానాత్ వా)

- ఎవరికి వారు తమకి అనుకూలమైన పద్ధతిలో చిత్తమును దృఢపరుచుకొనవచ్చు.

40. పరమాణు పరమ మహత్వాంతఽస్య వశీకారః

(పరమ అణు పరమ మహత్వ అంతః అస్య వశీకారః)

- ఆ అభ్యాసమువలన సాధకునికి అణువునించి బ్రహ్మాండంవరకూ సమస్తమూ స్వాధీనము కాగలదు. అంటే చిత్తవృత్తుల ప్రభావమునుండి తప్పుకుని, సాధన కొనసాగించగలడు.

41. క్షీణవృత్తేరభిజాతస్యేవ మణేః గృహీతృ గ్రహణ గ్రాహ్యేషు తత్స్థ తదఞ్జనతా సమాపత్తిః

(క్షీణ వృత్తేః అభిజాతస్య ఇవ మణేః గృహీత్ప గ్రహణ గ్రాహ్యేషు తత్థ్స తత్ అఞ్జనతా సమాపత్తిః)

- అవాంతరములయిన చిత్తవృత్తులు పరిహరించినతరువాత – గ్రహించినవాడు, గ్రహణశక్తి, ఆ గ్రహణానికి కేంద్రమైన వస్తువు – ఈ మూడు అంశాలను సమస్థితిలో దర్శించగలుగుతాడు. స్వచ్ఛమైన మణిపూస ఏ వస్తువుమీద ఉంచితే ఆ వస్తువు రంగును ప్రతిఫలించినట్టు సాధకుడి చిత్తము పరమాత్మస్వరూపాన్ని గ్రహించడానికి సిద్ధముగా ఉంటుంది.

42. తత్ర శబ్దార్థ జ్ఞానవికల్పైః సంకీర్ణా సవితర్కా సమాపత్తిః

(తత్ర శబ్ద అర్థ జ్ఞాన వికల్పైః సంకీర్ణా సవితర్కా సమాపత్తిః)

- సమాపత్తి అంటే శబ్దము, అర్థము, వస్తువు – ఈ మూడింటిని గూర్చి తర్కించుకొను సమయంలో గల మానసిక స్థితి.

43. స్మృతిపరిశుద్ధౌ స్వరూపశూన్యేవ అర్థమాత్రనిర్భాసా నిర్వితర్కా

(స్మృతి పరిశుద్ధౌ స్వరూప శూన్యా ఇవ అర్థమాత్ర నిర్భాసా నిర్వితర్కా)

- సాధనద్వారా చిత్తము పరిశుద్ధమైన అనంతరం వస్తురూపం, అర్థం, శబ్దాలకు సంబంధించిన తర్కం కూడా ముగుస్తుంది.

44. ఏతయైవ సవిచారా నిర్విచారా చ సూక్ష్మవిషయా వ్యాఖ్యాతా

(ఏతయా ఏవ సవిచారా నిర్విచారా చ సూక్ష్మవిషయా వ్యాఖ్యాతా)

ఇంతవరకూ పై సూత్రాలద్వారా సవిచార సమాధి, నిర్విచార సమాధి, తద్వారా సూక్ష్మవిషయానికి సంబంధించిన జ్ఞాన సముపార్జన వివరించడం జరిగింది.

45. సూక్ష్మవిషయత్వం చ అలింగపర్యవసానం.

ఆ సూక్ష్మవిషయంగురించిన అవగాహనద్వారా ఆ సూక్ష్మవిషయానికి మించిన రూపము లేని ఉత్కృష్ట పరమపురుషుడు ధ్యేయము కాగలడు.

46. తా ఏవ సబీజః సమాధిః

- ఇది బీజముతో కూడిన సమాధి. ఈ సాధనలో సాధకుడు సూక్ష్మవిషయాలను అధిగమించినా సాధకుడి చిత్తములో ఒక రూపము (బీజము) ఆలంబనముగా ఉంటుంది.

47. నిర్విచార వైశారద్యే అధ్యాత్మప్రసాదః

- ఈ నిర్విచారస్థితి పొందిన అనంతరం సాధకుడికి అధ్యాత్మికజ్ఞానం కలుగుతుంది.

48. ఋతంభరా తత్ర ప్రజ్ఞా

- సాధకుని చిత్తము పరమోత్కృష్టమైన ఋతము (సత్)తో నిండిపోతుంది.

49. శ్రుతానుమానప్రజ్ఞాభ్యాం అన్యవిషయా విశేషార్థత్వాత్

(శ్రుత అనుమాన ప్రజ్ఞాభ్యాం అన్య విషయా విశేషార్థత్వాత్)

- పై సాధనలవలన పొందిన బ్రహ్మానందము - అనుశ్రుతంగా అభ్యసించినది, తర్కంద్వారా గ్రహించినది, తనకు తానుగా అవగాహన చేసుకొన్నది – స్థిరమైనదీ, సమతౌల్యము సాధించినదీ అవుతుంది.

50. తజ్జ సంస్కారోఽన్యసంస్కార ప్రతిబంధీ

(తత్ జః సంస్కారః అన్య సంస్కార ప్రతిబంధీ)

- ఆ తరవాత పొందిన ఆత్మజ్ఞానము సాధకునికి గల పూర్వ ప్రవృత్తులను, స్మృతులను నిరోధిస్తుంది. అయితే ఇప్పుడు కూడా సాధకునికి తానొక జ్ఞానమును పొందేను అన్న స్పృహ అంతర్గతంగా ఉంటుంది.

51. తస్యాపి నిరోధే సర్వన్నిరోధాన్నిర్బీజస్సమాధిః

(తస్య అపి నిరోధే సర్వనిరోధాన్నిర్బీజః సమాధిః)

ఆ జ్ఞానమును నిరోధించినతరవాత పొందిన స్థితి నిర్బీజసమాధి.

సమాధి పాదము సమాప్తము.

# II. సాధన పాదము

1. తపస్స్వాధ్యాయేశ్వరప్రణిధానాని క్రియాయోగః

(తపః స్వాధ్యాయ ఈశ్వర ప్రణిధానాని క్రియాయోగః)

- యోగసాధన మూడు భాగాలు. అవి తపస్సు, స్వాధ్యాయము, ఈశ్వరునియందు మనస్సును లగ్నము చేయడం.

2. సమాధిభావనార్థః క్లేశతనుకరణార్థశ్చ

(సమాధి భావన అర్థః  క్లేశ తను కరణ అర్థః చ)

- ఈ క్రియాయోగం ఆచరించడం క్లేశములను నశింపజేసి సమాధిస్థితి పొందడానికి.

3. అవిద్యాఽస్మితారాగద్వేషాభినివేశాః పంచక్లేశాః

(అవిద్యా అస్మితా రాగ ద్వేష అభినివేశాః పంచ క్లేశాః)

- క్లేశములు ఐదు. అవి అజ్ఞానం, అస్మిత (అహమిక), రాగము, ద్వేషము, అభినివేశము (జీవితేచ్ఛ, మరణభయం).

4. అవిద్యాక్షేత్రముత్తరేషాం ప్రసుప్తతనువిచ్ఛిన్నోదారాణామ్

(అవిద్యా క్షేత్రమ్ ఉత్తరేషాం ప్రసుప్త తను విచ్ఛిన్న ఉదారాణామ్)

- అవిద్య మిగతా నాలుగు క్లేశములకు హేతువు. క్లేశములు అంతర్లీనమయి ఉంటాయి. లేదా క్షీణిస్తూనో వృద్ధి పొందుతూనో ఉంటాయి.

5. అనిత్యాశుచి దుఃఖానాత్మసు నిత్యశుచీ సుఖాఽత్మ ఖ్యాతిరవిద్యా

(అనిత్య అశుచి దుఃఖ అనాత్మసు నిత్య శుచీ సుఖ ఆత్మ ఖ్యాతిః అవిద్యా)

- అనిత్యమైనదానిని నిత్యము అనీ, అశుద్ధమైనదానిని పరిశుద్ధమైనది అనీ, దుఃఖమును సుఖమనీ భ్రమించడమే అవిద్య.

6. దృగ్దర్శనశక్త్యోరేకాత్మతేవాస్మితా

(దృక్ దర్శన శక్త్యోః ఏక ఆత్మతా ఇవ అస్మితా)

- దృక్కుని (సాధారణ బుద్ధిని) దర్శనశక్తిగా గుర్తించడం అస్మిత.

7. సుఖానుశయీ రాగః

(సుఖ అనుశయీ రాగః)

- మమత్వము సుఖమును కలిగిస్తుంది.

8. దుఃఖానుశయీ ద్వేషః

(దుఃఖ అనుశయీ ద్వేషః)

- ద్వేషము దుఃఖమును కలిగిస్తుంది.

9. స్వరసవాహీ విదుషోఽపి తథాఽఽరూఢోఽభినివేశః

(స్వరసవాహీ విదుషః అపి తథా ఆరూఢః అభినివేశః)

- పండితులలో సైతం  జీవితేచ్ఛ, మరణభయం అజ్ఞానమువల్లనే అభివృద్ధి చెందుతాయి.

10. తే ప్రతిప్రసవహేయాః సూక్ష్మాః

(తే ప్రతి ప్రసవ హేయాః సూక్ష్మాః)

- ఈ విషయముల (రాగద్వేషాలు, అహం, అభినివేశం) మూలములను గుర్తించి, వాటిని ప్రతిఘటించి నివర్తింపచేయాలి.

11. ధ్యానహేయాస్తద్వృత్తయః

(ధ్యాన హేయాః తత్ వృత్తయః)

- క్లేశములను ధ్యానముతో నివర్తించాలి.

12. క్లేశమూలః కర్మాశయో దృష్టాదృష్టజన్మవేదనీయాః

(క్లేశ మూలః కర్మ ఆశయః దృష్ట అదృష్ట జన్మ వేదనీయాః)

- క్లేశములు (రాగద్వేషాలు, అభినివేశము) ప్రస్తుత జన్మలోనూ భావి జన్మలలోనూ కర్మలవలన కలుగుతాయి. కర్మలకు మూలము అస్మిత. క్లేశములవలన కర్మలూ, కర్మలవలన క్లేశములు పునరావృతము అవుతూ మళ్ళీ మళ్ళీ జన్మించడానికి కారణం అవుతాయి.

13. సతి మూలే తద్విపాకో జాత్యాయుర్భోగాః

(సతి మూలే తత్ విపాకః జాతి ఆయుః భోగాః)

- ఒక జన్మలో జీవి చేసిన కర్మలయొక్క ఫలములను అనుసరించి మరుజన్మలో జాతి, ఆయుష్షు, ఇతర భోగములు కలుగుతాయి.

14. తే హ్లాదపరితాపఫలాః పుణ్యాపుణ్య హేతుత్వాత్

(తే హ్లాద పరితాప ఫలాః పుణ్య అపుణ్య హేతుత్వాత్)

- ఒక జన్మలో చేసిన పుణ్యపాపాలను అనుసరించి మరుజన్మలో సుఖదుఃఖాలు అనుభవము అవుతాయి.

15. పరిణామతాపసంస్కారదుఃఖైర్గుణవృత్తివిరోధాచ్చ దుఃఖమేవ సర్వం వివేకినః

(పరిణామ తాప సంస్కార దుఃఖైః గుణ వృత్తి విరోధాత్ చ దుఃఖమ్ ఏవ సర్వమ్ వివేకినః)

- అనవరతమూ మారే పరిస్థితులు, భౌతిక సుఖాలు, సాత్త్విక తామస రాజస గుణాలు – వీటివలన కలిగే పరస్పర విరుద్ధ అనుభవాలూ - అన్నిటినీ వివేకవంతుడు దుఃఖభాజనముగా పరిగణిస్తాడు.

16. హేయమ్ దుఃఖమనాగతమ్

(హేయమ్ దుఃఖమ్ అనాగతమ్)

- భావి జన్మలలో కలగనున్న దుఃఖములను ప్రస్తుత జన్మలో ఉపసంహరించుకోవాలి.

17. ద్రష్టృదృశ్యయోః సంయోగో హేయహేతుః

(ద్రష్టృ దృశ్యయోః సంయోగః హేయ హేతుః)

- ద్రష్ట (చూచేవాడు) తనకీ దృశ్యమునకూ (దృశ్యమాన ప్రపంచం) మధ్యగల విభేదము లేదన్న భావన ఉపసంహరించవలసి ఉంది.

18. ప్రకాశక్రియాస్థితిశీలం భూతేంద్రియాత్మకం భోగాపవర్గార్థం దృశ్యమ్.

(ప్రకాశ క్రియా స్థితిశీలం భూత ఇంద్రియాత్మకం భోగ అపవర్గార్థం దృశ్యమ్)

- దృశ్యముయొక్క గుణములు కాంతి, ఆచరణ (క్రియాశీలత), స్థిరత్వము. సాధకుడు ఇంద్రియములద్వారా కలిగిన అనుభవాలను గుర్తించి, వాటినుండి తన దృష్టిని యోగసాధనవైపు మళ్ళించడమే దృశ్యముయొక్క ప్రయోజనము.

19. విశేషావిశేష లింగమాత్రాలింగాని గుణపర్వాణి

(విశేష అవిశేష లింగమాత్ర అలింగాని గుణ పర్వాణి)

- ఈ గుణాలు నాలుగు విధాలుగా చెప్పుకోవచ్చు – ప్రత్యేకత కలిగినవి, సాధారణమైనవి, సూచనప్రాయమైనవి, సూచనప్రాయంగానైనా ఏమీ చెప్పనివి.

20. ద్రష్టా దృశిమాత్రః శుద్ధోఽపి ప్రత్యయానుపశ్యః

(ద్రష్టా దృశి మాత్రః శుద్ధః అపి ప్రత్యయ అనుపశ్యః)

ద్రష్ట (ఆత్మ) స్వతస్సిద్ధంగా పరిశుద్ధము అయినా దృశ్యమును ఇంద్రియాలద్వారా చూడడం జరుగుతుంది.

21. తదర్థ ఏవ దృశ్యస్యాత్మా

(తత్ అర్థః ఏవ దృశ్యస్య ఆత్మా)

- ద్రష్ట ఏర్పడినది దృశ్యముయొక్క అనుభవంకోసం మాత్రమే.

22. కృతార్థం ప్రతి నష్టమప్యనష్టం తదన్యసాధారణత్వాత్

(కృత అర్థం ప్రతి నష్టమ్ అపి అనష్టమ్ తత్ అన్య సాధారణత్వాత్)

- అది గ్రహించినవారికి దృశ్యము కనిపించకుండా పోతుంది. కానీ ఆ అవగాహన లేనివారికి మాత్రం ఆ దృశ్యం కనిపిస్తూనే ఉంటుంది.

23. స్వస్వామిశక్త్యోః స్వరూపలబ్ధిహేతుస్సంయోగః

(స్వ స్వామి శక్త్యోః స్వరూప ఉపలబ్ధి హేతుః సంయోగః)

- ఆత్మ ప్రకృతి, దృశ్యము పురుషుడు.  ప్రకృతి ధ్యేయము ఆత్మజ్ఞానం. పురుషుని ధ్యేయం సంయోగముద్వారా ఆ రెంటి స్వరూపాలను తెలివిడి చేయడం.

24. తస్య హేతురవిద్యా

(తస్య హేతుః అవిద్యా)

- ప్రకృతి పురుషుల సంయోగానికి కారణం అవిద్య.

25. తదభావాత్ సంయోగాభావో హానం తద్దృశేః కైవల్యమ్

(తత్ అభావాత్ సంయోగ అభావః హానమ్ తత్ దృశేః కైవల్యమ్)

- అవిద్య నశించినతరవాత సంయోగం అంతమవుతుంది. అదే విముక్తి. దృశ్యమాన ప్రపంచంనుండి విడివడగలగడమే కైవల్యము. (నాల్గవ అధ్యాయములో విపులముగా వివరించబడింది).

26. వివేకఖ్యాతిరవిప్లవా హానోపాయః

(వివేక ఖ్యాతిః అతిః అవిప్లవా హాన ఉపాయః)

- అవిద్యను తొలగించగల సాధనము విచారణ. దానిని నిరవధికంగా స్పష్టంగా నిర్దుష్టంగా కొనసాగించాలి.

27. తస్య సప్తధా ప్రాంతభూమిః ప్రజ్ఞా

- అవిద్యను నాశనము చేసి ప్రజ్ఞ సాధించడానికి ఏడు పద్ధతులు ఉన్నాయి.

(ఆ ఏడు పద్ధతులు - నిత్యానిత్య వస్తు వివేకజ్ఞానం, సమస్త దుఃఖనివారణ, పరిపూర్ణజ్ఞానప్రాప్తి, కర్తవ్య త్యాగబుద్ధి, స్వాతంత్ర్యం, చిత్తస్వాధీనం, నిరాశ్రయమైన జ్ఞానం.)

28. యోగాంగానుష్ఠానాదశుద్ధిక్షయే జ్ఞానదీప్తిరవివేకఖ్యాతేః

(యోగ అంగ అనుష్ఠానాత్ అశుద్ధి క్షయే జ్ఞాన దీప్తిః అవివేక ఖ్యాతేః)

- యోగాంగములు అనుష్ఠించడంవల్ల అవిద్య నశించి జ్ఞానదీపం ప్రకాశిస్తుంది.

29. యమనియమాఽసనప్రాణాయామప్రత్యాహారధారణధ్యానసమాధయోఽష్టావంగాని

(యమ నియమ ఆసన ప్రాణాయామ ప్రత్యాహార ధారణ ధ్యాన సమాధయః అష్టౌ అంగాని)

- యోగసాధనలో ఎనిమిది అంగములు ఉన్నాయి. అవి యమము, నియమము, ఆసనము, ప్రాణాయామము, ప్రత్యాహారము, నిశ్చల ధ్యానము, అనవరత ధ్యానము, సమాధి.

30. అహింసాసత్యమస్తేయబ్రహ్మచర్యాపరిగ్రహా యమాః

(అహింసా సత్యమ్ అస్తేయ బ్రహ్మచర్య అపరిగ్రహా యమాః)

- యమములు ఐదు. అవి అహింస, సత్యము, చోరబుద్ధి లేకుండుట, బ్రహ్మచర్యం, పరుల సొమ్ము స్వీకరించకుండుట.

31. జాతిదేశకాలసమయానవచ్ఛిన్నాః సార్వభౌమా మహావ్రతమ్

(జాతి దేశ కాల సమయ అనవచ్ఛిన్నాః సార్వభౌమః మహా వ్రతమ్)

- కులం, స్థలం, కాలం, పరిస్థితులవల్ల కలిగే అవధులను లెక్క చేయకుండా నియమాలను ఆచరించడమే మహా వ్రతము.

32. శౌచసంతోషతపః స్వాధ్యాయేశ్వరప్రణిధానాని నియమాః

(శౌచ సంతోష తపః స్వాధ్యాయ ఈశ్వరప్రణిధానాని నియమాః)

- నియమములు ఐదు. అవి పరిశుభ్రత (మనస్సు, శరీరము), ఆనందము, తపస్సు, స్వాధ్యాయము, భగవంతునియందు చిత్తము లగ్నము చేయడం.

33. వితర్కబాధనే ప్రతిపక్షభావనమ్

(వితర్క బాధనే ప్రతి పక్ష భావనమ్)

- బాధించే తలపులను వాటికి వ్యతిరేకమైన భావాలతో తొలగించుకోవాలి.

34. వితర్కా హింసాదయః కృతకారితానుమోదితా లోభక్రోధమోహపూర్వకా మృదుమధ్యాధిమాత్రాదుఃఖాజ్ఞానానంతఫలా ఇతి ప్రతిపక్షభావనమ్.

(వితర్కా హింస ఆదయః కృత కారిత అనుమోదితః లోభ క్రోధ మోహ పూర్వకః మృదు మధ్య అధిమాత్రః దుఃఖ అజ్ఞాన అనంత ఫల ఇతి ప్రతిపక్ష భావనమ్)

- యోగసాధనకి ప్రతిబంధకమైన హింసవంటి చర్యలు – స్వయంకృతం గానీ ఇతరుల చర్యలవల్ల గానీ సంభవిస్తాయి. కోపము, లోభము లేదా మోహము ఇత్యాదులవల్ల కలుగవచ్చు. అవి ఏ స్థాయిలోనైనా - మహోధృతంగానో, ఓ మోస్తరుగానో, సాధారణస్థాయిలో - సాధకునిచర్యగా పరిణమించవచ్చు. అందుచేత ఆ యా ప్రవృత్తులను వాటికి తగిన వ్యతిరేక భావనలతో అరికట్టాలి.

35. అహింసాప్రతిష్ఠాయాం తత్సన్నిధౌ వైరత్యాగః

(అహింస అప్రతిష్ఠాయాం తత్ సన్నిధౌ వైర త్యాగః)

అహింసాప్రవృత్తిని  గట్టి పట్టుదలతో నిలకడగా పాటించినవాని సమీపంలో వైరభావాలు నిలువవు.

36. సత్యప్రతిష్ఠాయాం క్రియాఫలాశ్రయత్వమ్

(సత్య ప్రతిష్ఠాయాం క్రియాఫల ఆశ్రయత్వమ్)

నిత్య సత్యవ్రతుని కర్మలు సత్ఫలితాలను ఇస్తాయి.

37. అస్తేయప్రతిష్ఠాయాం సర్వరత్నోపస్థానమ్.

(అస్తేయ ప్రతిష్ఠాయాం సర్వ రత్న ఉపస్థానమ్)

చోరబుద్ధిని జయించినవానికి  సకల సంపదలు సమకూరుతాయి.

38. బ్రహ్మచర్యప్రతిష్ఠాయాం వీర్యలాభః

(బ్రహ్మచర్య ప్రతిష్ఠాయాం వీర్య లాభః)

దృఢచిత్తంతో బ్రహ్మచర్యదీక్ష పూనినవానికి శారీరక, మానసిక దారుఢ్యము కలుగుతుంది.

39. అపరిగ్రహస్థైర్యే జన్మకథంతాసంబోధః

(అపరిగ్రహ స్థైర్యే జన్మ కథంతా సంబోధః)

పరులసొమ్ము స్థిరచిత్తముతో తిరస్కరించినవాడు జన్మవృత్తాంతమునుగురించి తెలుసుకొనగలడు.

40. శౌచాత్ స్వాంగజుగుప్సా పరైరసంసర్గః

(శౌచాత్ స్వ అంగ జుగుప్సా పరైః అసంసర్గః)

పరిశుభ్రతను పాటించడంవలన తన శరీరము అంటే రోత, ఇతరులతో సంపర్కము విషయంలో వైముఖ్యం సిద్ధిస్తాయి.

41. సత్త్వశుద్ధిసౌమనస్యైకాగ్ర ఇంద్రియజయాత్మదర్శనయోగ్యత్వాని చ

(సత్త్వ శుద్ధి సౌమనస్య ఏకాగ్ర ఇంద్రియ జయాత్ సమ దర్శన యోగ్యత్వాని చ)

మనసు నిర్మలముగా ఉంచుకున్న సాధకుడు సాత్వికగుణము, మంచితనము, ఏకాగ్రత, ఇంద్రియనిగ్రహము, ఆత్మదర్శనము పొందగలడు.

42. సంతోషాదనుత్తమసుఖలాభః

(సంతోషాత్ అనుత్తమ సుఖ లాభః)

- నిత్య సంతుష్టునికి అత్యుత్తమైన ఆనందము సిద్ధిస్తుంది.

43. కాయేంద్రియసిద్ధిరశుద్ధిక్షయాత్తపసః

(కాయ ఇంద్రియ సిద్ధిః క్షయాత్ తపసః)

- తపోనిష్ఠ శరీరాన్నీ ఇంద్రియములనూ అంటి ఉన్న మాలిన్యమును తొలగిస్తుంది.

44. స్వాధ్యాయాదిష్టదేవతా సంప్రయోగః

(స్వాధ్యాయాత్ ఇష్ట దేవతా సంప్రయోగః)

- స్వాధ్యాయమువలన ఇష్టదేవతలను చేరగలుగుతాడు.

45. సమాధిసిద్ధిః ఈశ్వరప్రణిధానాత్

ఈశ్వరునియందు చిత్తము లగ్నము చేయడంవలన సమాధి సిద్ధిస్తుంది.

46. స్థిరసుఖామాసనమ్

(స్థిర సుఖమ్ ఆసనమ్)

- స్థిరంగానూ ఇబ్బంది కాని విధంగానూ కూర్చోడం ముఖ్యం.

47. ప్రయత్నశైథిల్యానంతసమాపత్తిభ్యామ్

(ప్రయత్న శైథిల్య అనంత సమాపత్తిభ్యామ్)

- అది సమాధిస్థితి చేరుకోడానికి సహాయకారి అవుతుంది.

48. తతో ద్వంద్వానభిఘాతః

(తతః ద్వంద్వ అనభిఘాతః)

- ఆ పైన సుఖదుఃఖాలు, శీతోష్ణాలవంటి ద్వంద్వములు బాధించవు.

49. తస్మిన్ సతి శ్వాసప్రశ్వాసయోర్గతివిచ్ఛేదః ప్రాణాయామః

(తస్మిన్ సతి శ్వాస ప్రశ్వాసయోః గతి విచ్ఛేదః ప్రాణాయామః)

- ఊపిరి పీల్చి ఉంచడం, వదలి ఉంచడం (పూరక, రేచక క్రియలు) యోగసాధనకు నిర్ణీతమైన పద్ధతిలో చేయడం ప్రాణాయామము.

50. బాహ్యాభ్యంతరస్తంభవృత్తిః దేశకాలసంఖ్యాభిః పరిదృష్టో దీర్ఘసూక్ష్మః

(బాహ్య అభ్యంతర స్తంభ వృత్తిః దేశ కాల సంఖ్యాభిః పరిదృష్టః దీర్ఘ సూక్ష్మః)

- ఊపిరి పీల్చి ఆస్థితిలో ఉండడం (పూరక),ఊపిరి వదలి ఆ స్థితిలో ఉండడం (రేచక) రెండు పద్ధతులు. అలా ఊపిరి బిగబట్టి గానీ బయటికి వదలి గానీ ఎంతసేపు నిలపడం అన్నది సాధకుని సామర్థ్యాన్ని బట్టి ఉంటుంది. అలాగే రోజుకి ఎన్నిసార్లు చేయడం అన్నది కూడా సాధకుడు నిర్ణయించుకోవాలి.

51. బాహ్యాంతరవిషయాఽక్షేపీ చతుర్థః

(బాహ్య అంతర విషయ ఆక్షేపీ చతుర్థః)

- ఈ ప్రాణాయామము నాలుగు స్థాయిలలో ఉంటుంది.

52. తతః క్షీయతే ప్రకాశాఽవరణమ్

(తతః క్షీయతే ప్రకాశ ఆవరణమ్)

- అది అంతర్జ్యోతిని ఆవరించిన అంధకారాన్ని నశింపచేస్తుంది.

53. ధారణాసు చ యోగ్యతా మనసః

- ఈ అష్టాంగములను ఆచరించడంద్వారా సాధకుడు పరమపురుషుని చేరడానికి తగిన యోగ్యత, సామర్ధ్యము పొందగలడు.

54. స్వవిషయాసంప్రయోగే చిత్తస్య స్వరూపానుకార ఇవేంద్రియాణాం ప్రత్యాహారః

(స్వవిషయ అసంప్రయోగే చిత్తస్య స్వరూప అనుకారః ఇవ ఇంద్రియాణాం ప్రత్యాహరః)

- ఇంద్రియప్రవృత్తులను (చూడడం, వినడం వంటివి) వాటికి లక్ష్యాలు అయిన వస్తువులనుండి నివర్తింపజేయడమే ప్రత్యాహారం.

55. తతః పరమా వశ్యతేంద్రియాణామ్

(తతః పరమా వశ్యతా ఇంద్రియాణామ్)

- ఈ అభ్యాసాలను ఆచరించడంద్వారా ఇంద్రియములను సంపూర్ణంగా జయించగలడు.

సాధన పాదమ్ సమాప్తమ్.

# III. విభూతి పాదము

1. దేశబంధశ్చిత్తస్య ధారణా

(దేశ బంధః చిత్తస్య ధారణా)

- చిత్తమును ఒక స్థానములో స్థిరముగా ఉంచడం ధారణ.

2. తత్ర ప్రత్యయైకతానతా ధ్యానమ్

(తత్ర ప్రత్యయ ఏకతానతా ధ్యానమ్)

- ధ్యానానికి కేంద్రమైన వస్తువుమీద అచంచలంగా ఏకాగ్రతతో దృష్టి నిలపడం ధ్యానము.

3. తదేవార్థమాత్రానిర్భాసమ్ స్వరూపశూన్యమివ సమాధిః

(తత్ ఏవ అర్థ మాత్రా నిర్భాసమ్ స్వరూప శూన్యమ్ ఇవ సమాధిః)

- ధ్యానం సాఫల్యమైతే సాధకునికి స్థూలశరీరానికీ సమస్త ప్రపంచానికీ మించి ఉన్నదీ, తనలో అంతర్లీనంగా ఉన్నదీ అయిన అంతర్జ్యోతి కనిపిస్తుంది. అదే సమాధి.

4. త్రయమేకత్ర సంయమః

(త్రయమ్ ఏకత్ర సంయమః)

- ఈ మూడింటినీ కలిసికట్టుగా (ధారణ, ధ్యానము, సమాధి) సంయమము అంటారు.

5. తజ్జయాత్ ప్రజ్ఞాఽఽలోకః

(తత్ జయాత్ ప్రజ్ఞా ఆలోకః)

- సంయమమువలన ప్రజ్ఞ లభిస్తుంది.

6. తస్య భూమిషు వినియోగః

- ఆ ప్రజ్ఞను క్రమపద్ధతిలో వినియోగించుకోవాలి.

7. త్రయమంతరంగమ్ పూర్వేభ్యః

(త్రయమ్ అంతరంగమ్ పూర్వేభ్యః)

- సాధన పాదం 29వ సూత్రంలో ప్రస్తావించిన ఐదు విధాలకి (యమం, నియమం, ఆసనం, ప్రాణాయామం, ప్రత్యాహారము) భిన్నంగా ఈ మూడూ (ధ్యానం, ధారణ, సమాధి) అంతరంగానికి సంబంధించినవి.

8. తదపి బహిరంగమ్ నిర్బీజస్య

(తత్ అపి బహిరంగమ్ నిర్బీజస్య)

- అష్టాంగాలలో యమ, నియమ మొదలైన ఐదు స్థితులకంటె సంయమం ఉత్తమమే అయినా అది ప్రాథమిక దశలో బహిరంగ సాధనగా ఉంటుంది.

9. వ్యుత్థాననిరోధసంస్కారయోరభిభవప్రాదుర్భావౌ నిరోధక్షణచిత్తాన్వయో నిరోధపరిణామః

(వ్యుత్థాన నిరోధ సంస్కారయోః అభిభవ ప్రాదుర్భావౌ నిరోధ క్షమ చిత్త అన్వయః నిరోధ పరిణామః)

- ప్రారంభదశలో కింది స్థాయిలో చిత్తవృత్తులను అదుపులో ఉంచడానికి నిరోధక చిత్తవృత్తులు పుడతాయి. సాధకుడు వాటిని కూడా తొలగించుకోవాలి. ఈ చిత్తవృత్తులు పుట్టడం, వాటిని నిరోధించడం – ఈ నిరోధకపరిణామాన్ని సాధకుడు గుర్తించడం సాధనలో ఒక పరిణామదశ.

10. తస్య ప్రశాంతవాహితా సంస్కారాత్

(తస్య ప్రశాంత వాహితా సంస్కారాత్)

- ఆ సాధనతో ధ్యానం ఏకోన్ముఖంగా సాగి ఆధ్యాత్మికమైన ప్రశాంతత లభిస్తుంది సాధకునికి.

11. సర్వార్థతైకాగ్రతయోః క్షయోదయౌ చిత్తస్య సమాధి పరిణామః

(సర్వార్థతః ఏకాగ్రతయోః క్షయ ఉదయౌ చిత్తస్య సమాధి పరిణామః)

 - చిత్తవృత్తులు కలగడం, వాటిని నిరోధించడం, నిరోధిస్తున్నానన్న స్పృహ సాధకునికి కలగడంచేత ఇతర ఆలోచనలన్నీ తొలగి ఏకాగ్రత సాధిస్తాడు. చిత్తము సమాధిస్థితికి చేరువ అవుతుంది ఈ దశలో.

12. తతః పునః శాంతోదితౌ తుల్యప్రత్యయౌ చిత్తస్యైకాగ్రతాపరిణామః

(తతః పునః శాంత ఉదితౌ తుల్య ప్రత్యయౌ చిత్తస్య ఏకాగ్రతా పరిణామః)

- ఆవిధంగా చిత్తవృత్తులు పుట్టడం గిట్టడం సమాన స్థాయిలో (హెచ్చుతగ్గులు లేకుండా) జరిగినప్పుడు ఆ స్థితికి ఏకాగ్రతా పరిణామం అని పేరు.

13. ఏతేన భూతేంద్రియేషు ధర్మలక్షణావస్థాపరిణామా వ్యాఖ్యాతాః

(ఏతేన భూత ఇంద్రియేషు ధర్మ లక్షణ అవస్థా పరిణామాః వ్యాఖ్యాతాః)

- చిత్తము యొక్క పరిణామము వివరించినతరవాత, ఆ పరిమాణానికి ఇంద్రియముల ధర్మము (తత్వము), లక్షణములు, అవస్థలతో (పరిస్థితి) గల సంబంధాన్ని వివరిస్తున్నారు.

14. శాంతోదితావ్యపదేశ్యధర్మానుపాతీ ధర్మీ

(శాంత ఉదిత అవ్యపదేశ్య ధర్మ అనుపాతీ ధర్మీ)

- ధర్మము అంతర్లీనంగానో అవ్యక్తంగానో వ్యక్తంగానో ప్రతి జీవిలోనూ ఉండడం సర్వసాధారణం.

15. క్రమాన్యత్వం పరిణామాన్యత్వే హేతుః

(క్రమ అన్యత్వం పరిణామ అన్యత్వే హేతుః)

- పరిణామంలో తేడాలకి కారణం పరిణామ క్రమం (చిత్తము ఒక దశనుండి మరొక దశకి పరిణమించే క్రమం)

16. పరిణామత్రయసంయమాదతీతానాగతజ్ఞానమ్

(పరిణామ త్రయ సంయమాత్ అతీత అనాగత జ్ఞానమ్)

- ఈ ధర్మ, లక్షణ, అవస్థలను (పరిణామత్రయం) స్వాధీనం చేసుకున్న సాధకునికి గత, భావి జన్మలగురించిన జ్ఞానం కలుగుతుంది.

17. శబ్దార్థప్రత్యాయానామితరేతరాధ్యాసాత్సంకరః

తత్ ప్రవిభాగసంయమాత్సర్వభూతరుతజ్ఞానమ్

(శబ్ద అర్థ ప్రత్యాయానామ్ ఇతర ఇతర అధ్యాసాత్ సంకరః

తత్ ప్రవిభాగ సంయమాత్ సర్వ భూత రుత జ్ఞానమ్)

- శబ్దం (పదము), అర్థం, వాటికి మూలమైన వస్తువు – సాధారణంగా ఒకదానితో ఒకటి కలిసిపోయి అయోమయం కలిగిస్తాయి. సంయమంతో వీటిని విడదీసి స్వాధీనం చేసుకుంటే సమస్త జీవుల భాషను అర్థం చేసుకోడం సాధ్యం.

18. సంస్కారసాక్షాత్కరణాత్పూర్వజాతిజ్ఞానమ్

(సంస్కార సాక్షాత్ కరణాత్ పూర్వ జాతి జ్ఞానమ్)

- సంస్కారంమూలంగా (పైన వివరించిన మూడు స్థాయీభావాలను అర్థం చేసుకోడంవలన) పూర్వజన్మగురించిన జ్ఞానము కలుగుతుంది.

19. ప్రత్యయస్య పరచిత్తజ్ఞానమ్

(ప్రత్యయస్య పర చిత్త జ్ఞానమ్)

- ఇతరచిత్తములతో సంయమంద్వారా వారి చిత్తముయొక్క స్వభావం గ్రహించగలరు.

20. న చ తత్సాలంబనమ్ తస్యావిషయీభూతత్వాత్

(న చ తత్ సాలంబనమ్ తస్య అవిషయీ భూతత్వాత్)

- అయితే ఆ జ్ఞానము కేవలము చిత్తస్వభావానికి సంబంధించినదే కానీ ఆ స్వభావానికి మూలమయిన చిత్తవృత్తులను, తెలుసుకోవడం సాధ్యం కాదు, ఒకొక జీవికి ఒకొకవిధంగా ఉండడంచేత. ఈ సంయమంయొక్క ధ్యేయం అది కాదు.

(గమనిక: సూత్రాల వరస 22-24 కొన్ని పుస్తకాలలో భిన్నంగా ఉంది. కొన్ని పుస్తకాలలో 22వ సూత్రం లేదు గానీ ఇక్కడ చేర్చేను. అందుచేత ఇక్కడినుండి సూత్రములసంఖ్య మారవచ్చు.)

21. కాయరూపసంయమాత్ తద్గ్రాహ్యశక్తి స్తంభే చక్షుష్ప్రకాశాసంప్రయోగేఽన్తర్ధానమ్

(కాయ రూప సంయమాత్ తత్ గ్రాహ్య శక్తి స్తంభే చక్షుః ప్రకాశ అసంప్రయోగే అంతర్ధానమ్)

- శరీరాన్ని కేంద్రము చేసుకుని సంయమం ఆచరించడంద్వారా ఆ దేహానికీ, దానిని చూచే కళ్ళకీ మధ్య గల సంబంధం తెగిపోతుంది. తద్వారా ఆ దేహం ఇతరులకి అగోచరము అవుతుంది.

22. ఏతేన శబ్దాద్యంతర్ధానముక్తమ్.

(ఏతేన శబ్ద ఆది అంతర్ధానమ్ ఉక్తమ్)

- అదేవిధంగా శబ్దము మొదలైనవి కూడా ఎదుటివారికి అనుభవము కావు.

23. సోపక్రమం నిరుపక్రమం చ కర్మ తత్సంయమాత్

అపరాంతజ్ఞానమరిష్టేభ్యో వా.

(సః ఉపక్రమమ్ నిరుపక్రమమ్ చ కర్మ తత్ సంయమాత్

అపరాంత జ్ఞానమ్ అరిష్టేభ్యః వా)

- కర్మ ఫలితాలు రెండు విధాలు. ఫలితం వెంటనే కనిపించేవీ, కొంతం సమయం గడిచేక కనిపించేవి. ఈ రెండు రకాల కర్మలను సంయమంద్వారా స్వాధీనం చేసుకుంటే శకునములద్వారా మృత్యువు గురించి తెలుసుకోగలడు.

24. మైత్ర్యాదిషు బలాని.

(మైత్రీ ఆదిషు బలాని)

- అలాగే మైత్రివంటి గుణములు (మొదటి పాదం సూ. 33లో చెప్పిన కరుణ, ఆనందము, ఉపేక్ష) సంయమనంద్వారా వృద్ధి పొందుతాయి.

25. బలేషు హస్తిబలాదీని.

(బలేషు హస్తి బల ఆదీని)

- ఏనుగుగురించి సంయమం చేస్తే ఏనుగుబలం పొందుతాడు.

26. ప్రవృత్త్యాలోకన్యాసాత్సూక్ష్మవ్యవహితవిప్రకృష్టజ్ఞానమ్

(ప్రవృత్తి ఆలోక న్యాసాత్ సూక్ష్మ వ్యవహిత ప్రకృష్ట జ్ఞానమ్)

- హృదయకమలంలో ప్రతిష్ఠమైన అంతర్జ్యోతిని సంయమం చేస్తే సూక్ష్మ విషయాలూ, కంటికి కనిపించనవీ, బహుదూరంలో ఉన్నవీ గూర్చిన జ్ఞానము కలుగుతుంది.

27. భువనజ్ఞానమ్ సూర్యే సంయమాత్.

- సూర్యునిగూర్చి సంయమువలన సూర్యమండలం గురించిన జ్ఞానము కలుగుతుంది.

28. చంద్రే తారావ్యూహజ్ఞానమ్.

(చంద్రే తారా వ్యూహ జ్ఞానమ్)

- చంద్రుని గూర్చి సంయమువలన చంద్ర, నక్షత్రమండలములకు సంబంధించిన జ్ఞానము కలుగుతుంది.

29. ధృవే తద్గతజ్ఞానమ్.

(ధృవే తత్ గత జ్ఞానమ్)

- ధృవునిగూర్చి చేసిన సంయమువలన ధృవమండలంలోని గ్రహములు, తారలగురించిన జ్ఞానం కలుగుతుంది.

30. నాభిచక్రే కాయవ్యూహజ్ఞానమ్.

(నాభి చక్రే కాయ వ్యూహ జ్ఞానమ్)

- నాభితో సంయమము చేస్తే నాడీజ్ఞానము గురించిన జ్ఞానము కలుగుతుంది.

31. కంఠకూపే క్షుత్పిపాసానివృత్తిః.

(కంఠ కూపే క్షుత్ పిపాసా నివృత్తిః)

- కంఠంతో సంయమము చేస్తే ఆకలి దప్పులను అరికట్టగలడు.

32. కూర్మనాడ్యాం స్థైర్యమ్.

(కూర్మ నాడ్యాం స్థైర్యమ్)

- గొంతులో నాలుకకింద ఉండే కూర్మనాడితో సంయమము చేస్తే శరీర స్థైర్యం కలగుతుంది.

33. మూర్ధజ్యోతిషి సిద్ధదర్శనమ్.

(మూర్ధ జ్యోతిషి సిద్ధ దర్శనమ్)

- శిరసుయందు సంయమము చేస్తే సిద్ధులదర్శనము లభిస్తుంది.

34. ప్రతిభాద్వా సర్వమ్.

(ప్రతిభాత్ వా సర్వమ్)

- అసాధారణమైన మేధవలన సర్వ విషయాలనూ తెలుసుకోగలుగుతాడు.

35. హృదయే చిత్తసంవిత్.

(హృదయే చిత్త సంవిత్)

- హృదయంతో సంయమము చేస్తే మనోభావనలకి సంబంధించిన జ్ఞానము కలుగుతుంది.

36. సత్త్వపురుషయోరత్యంతాసంకీర్ణయోః

ప్రత్యయావిశేషాత్ భోగః పరార్థత్వాత్

స్వార్థసంయమాత్ పురుషజ్ఞానమ్

(సత్త్వ పురుషయోః అత్యంత అసంకీర్ణయోః ప్రత్యయ అవిశేషాత్ భోగః

పర అర్థత్వాత్ స్వార్థ సంయమాత్ పురుష జ్ఞానమ్)

- సత్త్వము (చిత్తము), పరమపురుషుడు – ఈరెంటిమధ్య గల విశేషమైన వ్యత్యాసాన్ని గుర్తించకపోవడంచేత ప్రాపంచికసౌఖ్యం అనుభవంలోకి వస్తుంది. ఆ వ్యత్యాసం ఉందని గ్రహించి పరమపురుషునితో సంయమం చేసిన సాధకుడు పరమపురుష జ్ఞానము పొందుతాడు.

37. తతః ప్రాతిభశ్రావణ వేదనాఽఽదర్శాఽఽస్వాదవార్తా జాయంతే

(తతః ప్రాతిభ శ్రావణ వేదనా ఆదర్శా ఆస్వాద వార్తా జాయంతే)

- ఆ సంయమంవలన పరమ పురుషునికి సంబంధించిన శ్రవణం, దృష్టి, అవగాహన, రుచి, వాసన సాధకునికి అనుభవం అవుతాయి.

38. తే సమాధావుపసర్గా వ్యుత్థానే సిద్ధయః

(తే సమాధౌ ఉపసర్గా వ్యుత్థానే సిద్ధయః)

- ఆ అనుభవ ప్రభావాలు బాహ్యప్రపంచంలో అలౌకిక శక్తులుగా గోచరమవుతాయి. అవి సమాధికి ప్రతిబంధకాలు.

39. బంధకారణశైథిల్యాత్ ప్రచారసంవేదనాచ్చ చిత్తస్య పరశరీరావేశః

(బంధ కారణ శైథిల్యాత్ ప్రచార సంవేదనాత్ చ చిత్తస్య పర శరీర ఆవేశః)

- బంధనాలకి కారణమైన చిత్తవృత్తులను తెంచుకుని, సమాధివైపు సాధన కొనసాగిస్తే, మరొక దేహం ప్రవేశించగలడు.

40. ఉదానజయాజ్జల పంకకంటకాదిష్వసంగ ఉత్క్రాంతిశ్చ

(ఉదాన జయాత్ జల పంక కంటక ఆదిషు అసంగః ఉత్ క్రాంతిః చ)

- ఉదానవాయువును స్వాధీనం చేసుకుంటే నీరు, బురద, ముండ్లపైన నడవగల సామర్థ్యము కలుగుతుంది.

41. సమానజయాజ్జ్వలనమ్.

(సమాన జయాత్ జ్వలనమ్)

- సమానవాయువును జయించినవాని శరీరం ఉజ్జ్వలంగా ప్రకాశిస్తుంది.

42. శ్రోత్రాఽకాశయోః సంబంధసంయమాద్దివ్యం శ్రోత్రమ్

(శ్రోత్రా ఆకాశయోః సంబంధ సంయమాత్ దివ్యం శ్రోత్రమ్)

- ఆకాశంతో చెవులను సంయమం చేయడంవల్ల దివ్యశ్రవణ శక్తి కలుగుతుంది.

43. కాయాఽకాశయోస్సంబంధసంయమాతే
    లఘుతూలసమాపత్తేశ్చ ఆకాశగమనమ్.

(కాయ ఆకాశయోః సంబంధ సంయమాత్ లఘు తూల సమాపత్తేః చ ఆకాశ గమనమ్)

- శరీరమును ఆకాశముతో సంయమం చేయడంవల్ల శరీరము దూదివలె తేలిక అయి ఆకాశ సంచారము చేయగల శక్తి కలుగుతుంది.

44. బహిరకల్పితా వృత్తిర్మహావిదేహా తతః ప్రకాశావరణక్షయః

(బహిః అకల్పితా వృత్తిః మహా విదేహా తతః ప్రకాశ ఆవరణ క్షయః)

- ఆత్మను పరమాత్మతో సంయమం చేస్తే కలిగే స్థితికి మహావిదేహము (దేహం లేని స్థితి) అని పేరు. ఆ స్థితిలో పరమాత్మని కప్పిన అంధకారపు తెర తొలగిపోతుంది.

45. స్థూలస్వరూపసూక్ష్మాన్వయార్తవత్ త్వసంయమాద్భూతజయః

(స్థూల స్వరూప సూక్ష్మాత్ అన్వయ ఆర్తవత్ త్వ సంయమాత్ భూత జయః)

- స్థూలశరీరము, సూక్ష్మ శరీరము, వాటి మూలతత్వాలు, గుణములయందు సంయమము చేస్తే పంచభూతములపై విజయము సాధించగలడు.

46. తతోఽణిమాదిప్రాదుర్భావ కాయసంపత్తద్ధర్మానభిఘాతశ్చ

(తతః అణిమ ఆది ప్రాదుర్భావ కాయ సంపత్ తత్ ధర్మ అనభిఘాతః చ)

- తద్వారా అణిమాది సిద్ధులు, శరీరసంపద (రూపం, సౌష్ఠవం) పొందగలడు. శరీరానికి సంబంధించిన అవధులను అధిగమించగలడు.

47. రూపలావణ్యబలవజ్రసంహననత్వాని కాసంపత్

(రూప లావణ్య బల వజ్ర సంహననత్వాని కాయసంపత్)

- దేహానికి రూప, లావణ్యాలు, వజ్రఘాతాన్ని తట్టుకోగల బలము కలుగుతాయి.

48. గ్రహణస్వరూపాస్మితాన్వయార్థవత్త్వసంయమాదింద్రియజయః

(గ్రహణ స్వరూప అస్మిత అన్వయ అర్థత్త్వ సంయమాత్ ఇంద్రియ జయః)

- గ్రహణేంద్రియాలను, గ్రహించగలశక్తినీ, వాటి మూలస్థానాలతోనూ, అస్మితతోనూ సంయమం చేస్తే ఇంద్రియాలను జయించగలడు.

49. తతో మనోజవిత్వం వికరణభావః ప్రధానజయశ్చ

(తతః మనః జవిత్వమ్ వికరణాభావః ప్రధాన జయః చ)

- అప్పుడు స్థూలశరీరంనుండి విడివడి మనోదారుఢ్యం సంతరించుకోగలడు సాధకుడు.

50. సత్త్వపురుషాన్యతాఖ్యాతిమాత్రస్య సర్వభావాధిష్ఠాతృత్వం సర్వజ్ఞాతృత్వం చ

(సత్త్వ పురుష అన్యతా ఖ్యాతి మాత్రస్య సర్వ భావ అధిష్ఠాతృత్వం సర్వ జ్ఞాతృత్వం చ)

- సత్త్వము (చిత్తము) పరమపురుషుల మధ్య గల విబేధంతో సంయమము చేసి పొందిన జ్ఞానమువలన సర్వ శక్తిమంతుడు, సర్వజ్ఞుడు కాగలడు.

51. తద్వైరాగ్యాదపి దోషబీజక్షయే కైవల్యమ్

(తత్ వైరాగ్యాత్ అపి దోష బీజ క్షయే కైవల్యమ్)

- ఆ వైరాగ్యమువలన చివరికి మిగిలిన బీజము (జ్ఞాని అన్న భావం) కూడా నశించి కైవల్యం సిద్ధిస్తుంది.

52. స్థాన్యుపనిమంత్రణే సంగస్మయాకరణం పునరనిష్టప్రసంగాత్

(స్థాని ఉపనిమంత్రణే సంగ స్మయ అకరణమ్ పునః అనిష్ట ప్రసంగాత్)

- ఆవిధంగా భగవంతుని ఆదరణ పొందిన సమయంలో సంగత్వం, అహంకారాలకు లోను కారాదు. అలా చేసినట్లయితే, తిరిగి అవాంఛనీయ విషయాలు తలెత్తుతాయి.

53. క్షణతత్క్రమయోః సంయమాద్వివేకజం జ్ఞానమ్

(క్షణ తత్ క్రమయోః సంయమాత్ వివేకజం జ్ఞానమ్)

- ఆ జ్ఞానము (అంటే భగవంతుని సమాదరణ లభించిందన్న జ్ఞానము), ఆ జ్ఞానము పొందడానికి కారణమైన వరుస క్రమం - వీటితో సంయమం చేయడంతో ఆ బీజము కూడా నశించి సంపూర్ణ సమాధి లభిస్తుంది.

54. జాతిలక్షణదేశైరన్యతానవచ్ఛేదాత్తుల్యయోస్తతః ప్రతిపత్తిః

(జాతి లక్షణ దేశైః అన్యత అనవచ్ఛేదాత్ తుల్యయోః తతః ప్రతిపత్తిః)

- సాధారణదృష్టికి ఒక్కలాగే కనిపించే వస్తువులలో జాతి, వస్తులక్షణం, అవి ఉన్న ప్రదేశాలను బట్టి వ్యత్యాసం ఉంటుంది. ఆ వత్యాసాన్ని గుర్తించగల వివేకం ఏర్పడుతుంది ఈ సంయమంవలన.

55. తారకమ్ సర్వవిషయం సర్వథా విషయమక్రమమ్ చేతి వివేకజం జ్ఞానమ్.

(తారకమ్ సర్వ విషయం సర్వథా విషయమ్ అక్రమమ్ చ ఇతి వివేకజం జ్ఞానమ్)

- సర్వ విషయాలనూ – స్థల, కాల, సమయాలతో సంబంధం లేకుండా – అవగాహన చేసుకోగల వివేకంతో పొందిన జ్ఞానమే పరమోత్కృష్టమైన జ్ఞానము.

విభూతి పాదము సమాప్తము

# IV. కైవల్య పాదము

1. జన్మౌషధిమంత్రతపఃసమాధిజాః సిద్ధయః

(జన్మ ఔషధి మంత్ర తపః సమాదిజాః సిద్ధయః)

- (విభూతి పాదంలో ప్రస్తావించిన) సిద్ధశక్తులు జన్మతః వస్తాయి. లేదా ఓషధులతో గానీ, మననం, సాధన, ధ్యానంతో గానీ సాధించవచ్చు.

2. జాత్యంతరపరిణామః ప్రకృత్యాపూరాత్.

(జాతి అంతర పరిణామః ప్రకృతి అపూరాత్)

- ఒక జీవి మరొక జీవిగా పరిణామం పొందడానికి కారణం సహజసిద్ధమైన ప్రకృతి.

3. నిమిత్తమప్రయోజకం ప్రకృతీనామ్ వరణభేదస్తు తతః క్షేత్రికవత్.

(నిమిత్తమ్ అప్రయోజకమ్ ప్రకృతీనామ్ వరణ భేదః తు తతః క్షేత్రికవత్)

- పునర్జన్మకి పాపపుణ్యాలు స్వయంగా కారణాలు కావు.అవి కేవలం సహజ పరిమాణంలో అవాంతరాలను దాటడానికి ఉపయోగపడతాయి.  రైతు ఏటినీరు పారుదలకి అడ్డమైన వాటిని తొలగించి పారుదల సుఖకరం చేసినట్టే.

4. నిర్మాణచిత్తాన్యస్మితామాత్రాత్.

(నిర్మాణ చిత్తాని అస్మితా మాత్రాత్)

- చిత్తమును అస్మిత మాత్రమే సృష్టించగలదు.

5. ప్రవృత్తిభేదే ప్రయోజకమ్ చిత్తమేకమనేకేషామ్.

(ప్రవృత్తి భేదే ప్రయోజకమ్ చిత్తమ్ ఏకమ్ అనేకేషామ్)

- వేరు వేరు జీవుల చిత్తముల ప్రవర్తన భిన్నంగా ఉన్నా, వీటి అన్నిటిమీద ఆధిపత్యం వహించేది ఒకే చిత్తము.

6. తత్ర ధ్యానజమనాశయమ్.

(తత్ర ధ్యానజమ్ అనాశయమ్)

- చిత్తములు భిన్నరూపాలలో అన్నిటిలోనూ ఉన్నా, స్వచ్ఛమైన చిత్తము మాత్రమే సమాధిద్వారా అంతరాంతరాల అణగి ఉన్న కర్మఫలితాలనుండి కోరికలనుండీ విముక్తి పొందినది.

7. కర్మాశుక్లాకృష్ణమ్ యోగినస్త్రివిధమితరేషామ్

(కర్మ అశుక్ల అకృష్ణమ్ యోగినః త్రివిధమ్ ఇతరేషామ్)

- యోగికి మంచి కర్మా చెడు కర్మా అంటూ లేవు. ఇతరులకు కర్మ మూడు విధములు, మంచిఫలితాలనిచ్చేది, చెడుఫలితాలనిచ్చేది లేదా మిశ్రమ ఫలితాలనిచ్చేది.

8. తతస్తద్విపాకానుగుణానామేవాఽభివ్యక్తిర్వాసనానామ్

(తతః తత్ విపాక అనుగుణానామ్ ఏవ అభివ్యక్తిః వాసనానామ్)

- ఒక జన్మలో చేసిన కర్మయొక్క ఫలితాలు వాసనలుగా మరుజన్మలో వ్యక్తమవుతాయి.

9. జాతిదేశకాలవ్యవహితానామప్యానంతర్యమ్ స్మృతి సంస్కారయోరేకరూపత్వాత్

(జాతి దేశ కాల వ్యవహితానామ్ అపి ఆనంతర్యమ్ స్మృతి సంస్కారయోః ఏకరూపత్వాత్)

- దేశము, కాలము, స్థూలరూపము (జన్మ) వేరు అయినా స్మృతి, సంస్కారములలో వ్యత్యాసము లేనందున వాసనలు కాలక్రమానుసారం వ్యక్తమవుతూనే ఉంటాయి.

10. తాసామనాదిత్వమ్ చాశిషో నిత్యత్వాత్.

(తాసామ్ అనాదిత్వమ్ చ ఆశిషః నిత్యత్వాత్)

- వీటికి మొదలు లేదు కనక జీవించవలెననే కోరికకి కూడా అంతం లేదు. జీవితేచ్ఛ అనంతంగా సాగుతూనే ఉంటుంది.

11. హేతుఫలాశ్రయాలంబనైః సంగృహీతత్వాదేషామభావే తదభావః

(హేతు ఫల ఆశ్రయ ఆలంబనైః సంగృహీతత్వాత్ ఏషాం అభావే తత్ అభావః)

- హేతువు, ఫలము, క్రియ ఆధారంగా వాసనలు ప్రోది అవుతాయి కనక వాటిని తొలగిస్తే, వాటికి కారణమైన అవిద్య నశిస్తుంది.

12. అతీతానాగతమ్ స్వరూపతోఽస్త్యధ్వభేదాద్ధర్మాణామ్.

(అతీత అనాగతమ్ స్వరూపతః అస్తి అధ్వభేదాత్ ధర్మాణామ్.)

- గతమూ, భవిష్యత్తూ స్వరూపాలు వేరుగా ఉంటాయి. వాటి తత్త్వాలు వాటి మార్గాలను అనుసరించి ఉంటాయి.

13. తే వ్యక్తసూక్ష్మా గుణాత్మానః

(తే వ్యక్త సూక్ష్మాః గుణ ఆత్మానః)

- అవి స్థూలంగానో సూక్ష్మంగానో వాటి సహజప్రకృతులని అనుసరించి వ్యక్తమవుతాయి.

14.పరిణామైకత్వాద్వస్తుతత్త్వమ్

(పరిణామ ఏకత్వాత్ వస్తు తత్త్వమ్)

- వస్తుతత్త్వం ఆ వస్తువు మార్పు చెందే విధానాన్నిబట్టి ఉంటుంది.

15. వస్తుసామ్యే చిత్తభేదాత్తయోర్విభక్త పంథాః

(వస్తు సామ్యే చిత్తభేదాత్ తయోః విభక్తః పంథాః)

- వేరు వేరు సాధకుల చిత్తములు వేరు వేరుగా ఉంటాయి కనక ఒకే వస్తువుగురించిన అభిప్రాయాలు వేరుగా ఉంటాయి.

16. న చైకచిత్తతంత్రమ్ వస్తు తదప్రమాణకమ్ తదా కిం స్యాత్?

(న చ ఏకచిత్త తంత్రమ్ వస్తు తత్ అప్రమాణకమ్ తదా కిమ్ స్యాత్?)

- ఒక వస్తువుయొక్క అస్తిత్వం ఒక వ్యక్తి చిత్తముమీద మాత్రమే ఆధారపడి ఉండదు. మరి ఆ వస్తువును ఆ వ్యక్తి గమనించనప్పుడు ఏమవుతుంది?

17. తదుపరాగాపేక్షిత్వాచ్చిత్తస్య వస్తు జ్ఞాతాజ్ఞాతమ్.

(తత్ ఉపరాగ అపేక్షిత్వాత్ చిత్తస్య వస్తు జ్ఞాత అజ్ఞాతమ్)

- వస్తువు ఉంది అని తెలియడానికి కానీ తెలియకపోవడానికి గానీ చిత్తమునకు వస్తువుగురించిన ఆలోచనలు ఉండాలి.

18. సదా జ్ఞాతాశ్చిత్తవృత్తయస్తత్ ప్రభోః పురుషస్యాపరిణామిత్వాత్.

(సదా జ్ఞాతాః చిత్తవృత్తయః తత్ ప్రభోః పురుషస్య అపరిణామిత్వాత్)

- పరమపురుషుడు మార్పు లేనివాడు, సమస్త చిత్తవృత్తులలో మార్పులను గ్రహించగలవాడు.

19. నతత్స్వాభాసమ్ దృశ్యత్వాత్.

(న తత్ స్వాభాసమ్ దృశ్యత్వాత్)

- ఆ చిత్తము స్వయంప్రకాశము కాదు. ఇతరులకు మాత్రమే చిత్తమును పరిశీలించడం సాధ్యము.

20. ఏకసమయే చోభయఽనవధారణమ్

(ఏక సమయే చ ఉభయ అనవధారణమ్)

- చిత్తమునకు ఒకే సమయంలో రెంటిమీదా – ఆత్మ, ద్రష్టలమీద- ధ్యానము నిలడం సాధ్యము కాదు.

21. చిత్తాంతరదృశ్యే బుద్ధిబుద్ధేరతిప్రసంగః స్మృతిసంకరశ్చ.

(చిత్త అంతర దృశ్యే బుద్ధి బుద్ధేః అతి ప్రసంగః స్మృతి సంకరః చ)

-  చిత్తము వేరొక చిత్తమును అర్థం చేసుకొనడానికి ఆ రెంటికంటే వేరు అయిన మరొక బుద్ధి కావాలి వాటిని పరిశీలించడానికి. అది అసంగతం కనక స్మృతులలో అయోమయం కలిగించడానికి కారణమవుతుంది.

22. చిత్తేరప్రతిసంక్రమాయాస్తదాకారాపత్తౌ స్వబుద్ధిసంవేదనమ్.

(చిత్తేః అప్రతిసంక్రమాయాః తత్ ఆకార ఆపత్తౌ స్వ బుద్ధి సంవేదనమ్)

- ఒక ప్రవృత్తినుండి మరొక ప్రవృత్తికి మారని స్థితి చిత్తమునకు కలిగినతరవాత స్వబుద్ధిని తెలుసుకోగలదు.

23. ద్రష్టృదృశ్యోపరక్తం చిత్తం సర్వార్థమ్.

(ద్రష్టృ దృశ్య ఉపరక్తమ్ చిత్తమ్ సర్వ అర్థమ్)

- ద్రష్ట, దృశ్యముల ప్రవృత్తులను గ్రహించిన చిత్తమునకు తానే ద్రష్ట అయి ఆ చిత్తమును పరిశీలించగల శక్తిని పొందగలదు.

24. తదసంఖ్యేయవాసనాభిశ్చిత్రమపి పరార్థమ్ సంహత్యకారిత్వాత్.

(తత్ అసంఖ్యేయ వాసనాభిః చిత్రమ్ అపి పరార్థమ్ సంహత్య కారిత్వాత్)

- అనేక వాసనలతో నిండి ఉన్నప్పటికీ చిత్తము పరమపురుషునికి చేరువ కావడంచేత, తదనుగుణంగా ప్రవర్తిస్తుంది.

25. విశేషదర్శిన ఆత్మభావభావనావినివృత్తిః

(విశేష దర్శిన ఆత్మ భావ భావనా వినివృత్తిః)

- అనుభూతి ఆత్మలమధ్య విభేదము గమనించిన సాధకుడు చిత్తమును సంపూర్ణంగా నిరోధించగలడు.

26. తదా వివేకనిమ్నమ్ కైవల్యప్రాగ్భారమ్ చిత్తమ్

(తదా వివేక నిమ్నమ్ కైవల్య ప్రాగ్ భారమ్ చిత్తమ్)

- అప్పుడే చిత్తము వివేకముతో ప్రాపంచికపరమైన ఆత్మనుండి సంపూర్ణంగా విడివడి పరమపురుషునికి చేరువ అవుతుంది.

27. తచ్ఛిద్రేషు ప్రత్యయాంతరాణి సంస్కారేభ్యః

(తత్ ఛిద్రేషు ప్రత్యయః అంతరాణి సంస్కారేభ్యః)

- ఆవిధంగా ప్రశాంతత పొందిన చిత్తములో సూక్ష్మవిషయాలు లేదా స్మృతులు అంతరాంతరాలనుండి తిరిగి వెలువడి గోచరము అవుతాయి.

28. హానమేషాం క్లేశవదుక్తమ్.

(హానమ్ ఏషామ్ క్లేశవత్ ఉక్తమ్)

- వీటిని కూడా తొలగించడం (ముందు చెప్పుకున్న ) చిత్తవృత్తులకి సంబంధించిన క్లేశములను తొలగించడం వంటిదే అని యోగులు చెప్తారు.

29. ప్రసంఖ్యానేఽప్యకుసీదస్య సర్వథా వివేకఖ్యాతేర్ధర్మమేఘుస్సమాధిః

(ప్రసంఖ్యాన అపి అకుసీదస్య సర్వథా వివేక ఖ్యాతేః ధర్మ మేఘః సమాధిః)

- ఎవరు ఆ సమాధిలో లౌకికలాభమును గమనించరో వారికి ఇతోధికంగా సద్వివేచన లభిస్తుంది, మేఘములు స్వతస్సిద్ధంగా వర్షించినట్టు.

30. తతః క్లేశకర్మనివృత్తిః

(తతః క్లేశ కర్మ నివృత్తిః)

- అప్పుడు జన్మజన్మల క్లేశములు మళ్ళీ మళ్ళీ వ్యక్తమవడం అంతమవుతుంది.

31. తదా సర్వావరణమలాపేతస్య జ్ఞానస్యానంత్యాజ్ఞేయమల్పమ్.

(తదా సర్వ ఆవరణ మల ఆపేతస్య జ్ఞానస్య ఆనంత్యాత్ జ్ఞేయమ్ అల్పమ్)

- ఆ తరవాత, ఈ ఉత్కృష్ట వివేచనతో పోలిస్తే చిత్తములో వసిస్తున్న మానసికమైన, బౌద్ధికమైన వికారాలు చాలా అల్పమయినవిగానూ అర్థరహితంగానూ కనిపిస్తాయి.

32. తతః కృతార్థానాం పరిణామక్రమసమాప్తిగుణానామ్.

(తతః కృతార్థానాం పరిణామ క్రమ సమాప్తి గుణానామ్)

- ఆ పరిణామ క్రమం పని పూర్తి అవుతుంది. పరిణామదశ అంతమవుతుంది.

33. క్షణప్రతియోగీ పరిణామాపరాంతనిర్గ్రాహ్యః క్రమః

(క్షణ ప్రతియోగీ పరిణామ అపరాంత నిర్గ్రాహ్యః క్రమః)

- ఆ పరిణామానికి కారణమైన సమయం అంతమవుతుంది. పరిణామక్రమం పూర్తి అయిందన్న విషయం సాధకునికి స్పష్టమవుతుంది.

34. పురుషార్థశూన్యానామ్ గుణానామ్ ప్రతిప్రసవః

కైవల్యమ్ స్వరూపప్రతిష్ఠా వా చిత్తశక్తిరితి.

(పురుషార్థ శూన్యానామ్ గుణానామ్ ప్రతిప్రసవః

కైవల్యమ్ స్వరూప ప్రతిష్ఠా వా చిత్తశక్తిః ఇతి)

- సాధారణ మానవులకి ధ్యేయం అయిన విషయాలలో ఆత్మ (లౌకికమైన) చిత్తమునుండి, ప్రాపంచిక విషయప్రభావాలనుండి విడివడి, యోగియొక్క భగవత్పరమైన ఆత్మలో లయమవుతుంది. అదే సమాధి.

కైవల్యపాదము సమాప్తము.

పతంజలి యోగసూత్రములు సమాప్తము.